

Nu inschrijven of geïnteresseerd?

- *Naam:*
- *Adres:*
- *Email:*
- *Telefoon*

Wil graag een kennismakingsles ja/nee

Wil graag per email op de hoogte worden gehouden ja/nee

Heeft beperkingen ja/nee

Wordt begeleidt in een rolstoel ja/nee

Wil meelopen met rollator ja/nee

Heeft interesse in groep 1 2 3 4

-omcirkel wat van toepassing is-

Info bij beperkingen:

Fysiotherapie Mazzinilaan,
Mazzinilaan 1, 4334GK Middelburg
0118 625337



1.

Heuptwister Eben Haezer



2. Element Lente kind(keuze moet nog worden gemaakt)

3. Loopbrug (ontwerp leerlingen Nehalennia)+

Beweegelement 1



bankje

DE WILDE ONTOEGANG
WANT 'WILDE' IS 'WIL' +
DE WILDE ONTOEGANG
WANT 'WILDE' IS 'WIL' +
DE WILDE ONTOEGANG
WANT 'WILDE' IS 'WIL' +
DE WILDE ONTOEGANG
WANT 'WILDE' IS 'WIL' +

Voorstellen
- 2 van elk materiaal
- Voorwaartse stap
- Achterwaartse stap
- In de richting van
- In de richting van



4.

Hinkelbaan



5.

Bukboom



Commissie "GriffioenBeweegt". Onder leiding van

Jos van Hees, tel.: 0655818326

mail: nickyjos@zeelandnet.nl of

griffbeweegt@zeelandnet.nl

website: www.griffioendewijk.nl/activiteiten

Blijf
fit en
wordt
VITAAL!!

DOE
MEE!

**Griffioen Beweegt
Doe mee!**



Beweeg
met
Plezier!



Meer bewegen is goed
voor lichaam en geest!



Beste mensen,

Sinds september 2014 worden de 3 beweegpaden gebruikt door enthousiaste mensen die na 4 maanden hun conditie verbeterd hebben.

Weer of geen weer, wij gaan door weer en wind en het is goed voor je lijf!!

Vertrektijden en plaats:

- 1 Maandag van 10.30—11.30 Speelhof Hogersael.
- 2.Dinsdag van 10,30 tot 11.30 uur Eben Haëzer.
- 3.Woensdag van 10.30 tot 11.30 uur Hof 't Seijs
- 4.Woensdag van 15.00 tot 16.00 uur Hof 't Seijs.

Eén of tweemaal per week kan er een rondje langs de toestellen worden gemaakt. Daarna drinken we koffie of thee. Deze consumptie is bij de prijs inbegrepen. Kosten: 15 euro per maand. De 1-ste maand gratis.

Heeft u interesse en wilt u op de hoogte worden gehouden, geef dan hier in de folder uw gegevens door en lever ze in bij:

Jos van Hees , Kastanjelaan 11

Of bij Fysiotherapie Mazzinilaan, Mazzinilaan 1

Of mail: nickyjos@zeelandnet.nl

